

**Päihdetilannekuva  
Suomessa ja  
työpaikoilla – miksi  
on tärkeää puuttua  
ajoissa?**



# Päihteiden käytön tilannekuva Suomessa 1/2



- Suomessa yleisimmin käytetty päihde on alkoholi, jota käyttää jossakin määrin noin yhdeksän kymmenestä täysi-ikäisestä suomalaisesta.
  - Eri tutkimusten mukaan työelämässä olevista miehistä kuitenkin 15-20 prosentilla ja naisista 10-15 prosentilla alkoholinkäyttö on sen verran suurta, että se aiheuttaa terveydellisiä tai sosiaalisia haittoja
  - Alkoholin kokonaiskulutus on laskenut viime vuosina jonkin verran (Päihdetilastollinen vuosikirja 2021)
  - Humalahakuinen juominen on lähtenyt nousuun 45-54-v. miesten joukossa (Päihdetilastollinen vuosikirja 2021)
- Huumausaineiden käyttökokeilut ovat yleistyneet Suomessa
  - 15–69 –vuotiaasta suomalaisväestöstä 24 prosenttia ilmoitti kokeilleensa jotain huumetta ainakin kerran elämässään. 25-35—vuotiaista huumeita on kokeillut 44 % (Huumekestely 2018)
  - Huumausaineisiin liittyvät kuolemat ovat olleet jyrkässä kasvussa (Päihdetilastollinen vuosikirja 2021)

# Päihteiden käytön tilannekuva Suomessa 2/2



- Vuonna 2020 päihdehuollon asiakkaina oli n. 35 000 työkäistä (Päihdetilastollinen vuosikirja)
  - Erityisesti huumausaineisiin liittyvien terveydenhuollon käynnit ovat lisääntyneet
- Täysin päihteettömien ihmisten osuus on lisääntynyt viime vuosien aikana erityisesti nuoremmassa väestössä
  - Vuonna 2020 13% miehistä oli raittiita ja naisista 16%
- Alkoholin haittavaikutukset työpaikoilla ovat merkittäviä Suomessa, sillä arviolta 6–12 prosenttia suomalaisista aikuisista lukeutuu alkoholin korkean riskin käyttäjiin.
  - Korkean riskikäytöksi lasketaan naisilla 16 annosta ja miehillä 24 annosta viikossa. Kohonnut riski syntyy jo 7 annoksesta naiselle ja 14 miehelle. (Käypähoitosuositus)



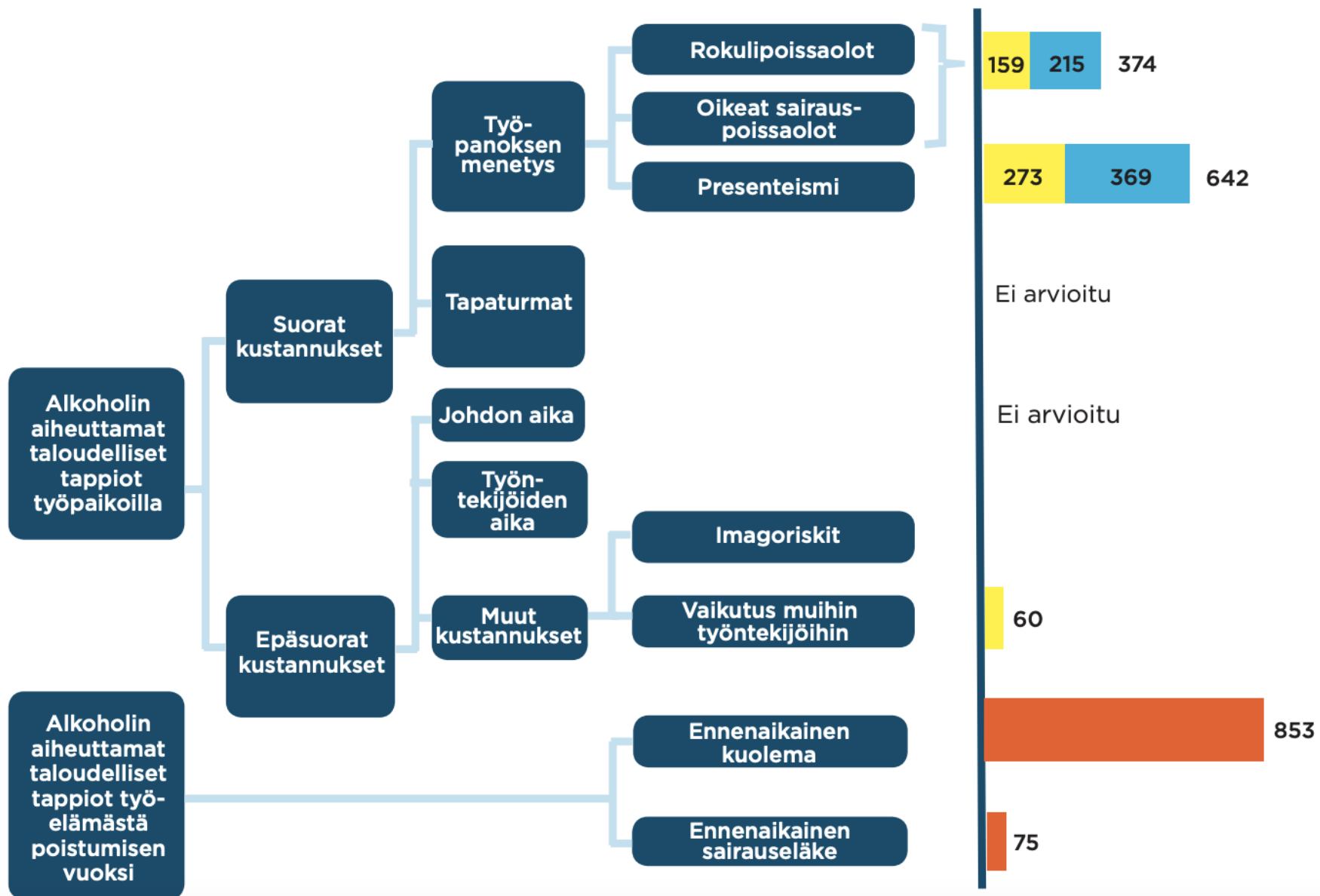
# Alkoholin käytön kustannukset työelämässä



- Kustannukset alkoholin riskikäyttäjistä suomalaisessa työelämässä ovat noin 500 miljoonaa euroa vuodessa (Numerot puhuvat -raportti 2018)
  - Alennut työkyky, sairauspoissaolot, rokulipäivät
- Työelämästä ennenaikaisesti poistumisen kustannukset ovat noin 900 miljoonaa euroa vuodessa (Numerot puhuvat -raportti)
  - ennenaikaisista alkoholista johtuvista kuolemista seuraavien tuotannonmenetysten kokonaismäärä arvioitiin vuonna 2012 vähintään 853 miljoonaa euroa ja ennenaikaisten työkyvyttömyyseläkkeiden kokonaismäärä vähintään 75 miljoonaa euroa
- Lisäksi vaikeasti arvioitavia kustannuksia syntyy tapaturmista ja johdon sekä HR:n ajasta
- Ehkäisevän päihdetyön laatukriteerit (THL 2006) määrittelevät työn yhdeksi päihdeongelmilta suojaavaksi tekijäksi
  - Ihmisellä on syy pysyä työkykyisenä ja sosiaalinen yhteisö, joka puuttuu päitteiden käyttöön

## Kuvio 2: Alkoholin aiheuttamat kustannukset Suomen työelämässä

Arvio taloudellisesta tappiosta, miljoonaa euroa



# Päihdeohjelman ja puheeksi oton vaikutus ongelmien ennaltaehkäisyyn



- Päihteiden käyttö voi jäädä työyhteisössä piiloon, koska asiaa ei oteta puheeksi
  - Kokemuksien perusteella päihteiden käytön puheeksi otossa kestää työyhteisössä 6-7 vuotta
- Päihdemini-interventioilla, kuten puheeksiotolla, voidaan saada jopa 16 % työtehon parannus (Osilla et al. (2010))
- Alkoholi-interventioiden on tutkimuksissa havaittu ehkäisevän tehokkaasti onnettomuuksia.
  - Wickizer et al. (2004) havaitsivat päihdeettömällä työpaikoilla esiintyvän 3,33 tapaturmaa vähemmän sataa työvuotta kohden. Toisen tutkimuksen mukaan eräs alkoholiohjelma vähensi keskimääräisiä onnettomuuksia 14 % (Spicer ja Miller, 2005).
- Päihdeettömyyden lisääntyessä päihdeohjelmassa on hyvä pohtia, miten myös päihdeettömällä ihmisillä on turvallista osallistua työyhteisön yhteisiin tilaisuuksiin

# Etätyö ja päihteet



- Pandemian aikana alkoholin vähittäiskulutus on pysynyt pitkälti ennallaan, mutta ravintolakulutus ja alkoholin tuonti ovat pienentyneet (THL 2021)
- Etätyön aikana alkoholin käyttöä vähensi joka viides (EHYT 2021)
  - Käyttö myös polarisoitunut eniten käyttävät lisäsi, vähän käyttävän vähensivät
- Sosiaalinen kontrolli päihteiden käyttöön on vähentynyt, kun ihmiset ovat siirtyneet etätöihin
- Varhaisen huolen heräämisessä ja puheeksiotossa voi kestää aikaa, koska kontaktit ovat vähäisiä esihenkilön ja työntekijän välillä
- Työpaikan päihdeohjelma on voimassa myös etätyössä, joten sen pitäisi ottaa kantaa myös päihteiden käyttöön etätyössä
- Millaisilla keinoilla työn henkistä kuormitusta puretaan?
  - Alkoholi hetkellisen hyvän lähde ja totuttu tapa
- Apua saa myös anonyymisti: Päihdeneuvontapuhelin (EHYT ry.) 0800 900 45 (24/7)

# 5+1 asiaa, joista on tärkeä pitää huolta työpaikalla



- 1) Johdon aito kiinnostus henkilöstön hyvinvointiin.
- 2) Päihteettömyys on yhdenvertaisuuskysymys.
- 3) Yhteistyö työterveyden kanssa on saumatonta ja päihteiden käyttö otetaan puheeksi säännöllisesti.
- 4) Esihenkilöillä on tarvittava osaaminen päihteiden puheeksi ottamiseen tiimiläisten kanssa.
- 5) Työpaikalla on voimassa oleva päihdeohjelma

+1 Hybridityön aikana huolehditaan myös yhteisöllisyydestä.



# Lähteet:



[A-klinikkasäätiö, Opas päihdehaitattomaan etätyöhön 2021](#)

[Duodecim, Alkoholiongelman hoito 2018](#)

[EHYT ry, Numerot puhuvat 2018](#)

[EHYT ry, Kysely: Suomalaisten alkoholinkäyttö vähentynyt korona-aikana – juomista lisänneet muita yksinäisempiä ja ahdistuneempia](#)

[THL, Päihdetilastollinen vuosikirja 2021](#)

[THL, Huumetilanne Suomessa 2020](#)

[THL, Koronaepidemian vaikutukset suomalaisten alkoholinkulutukseen vuonna 2020](#)

[THL, Ehkäisevän päihdetyön laatukriteerit 2006](#)

[THL, Alkoholit ja työmarkkinoilla pysyminen: varhaista puuttumista tarvitaan 2018](#)



# KIITOS!

Heikki Luoto  
Osastopäällikkö, Aikuiset  
Ehkäisevä päihdetyö – EHYT ry  
e. [heikki.luoto@ehyt.fi](mailto:heikki.luoto@ehyt.fi)  
p. 050 36 888 94